

「スワーデャーヤ」の学びのセッション第6回 と第7回について

2020 年 10 月 17 日 土曜日

読者の皆さん

ナマステー！

10 月のひと月、バーバ・ムクターナンダのマハーサマーディのお祝いと、ナヴァラトゥリーの 9 夜の祝祭を続けながら、私たちは大いなる自己の学びに、さらに没頭していきます。

「スワーデャーヤ」の学びのセッションのシリーズはあと二つのセッションが残っています。次のセッション第 6 回は、10 月 24 日土曜日に行われます。この日は英知、言葉、音楽、そして芸術の女神、マハーサラスワティの崇拝にささげられるナヴァラトゥリーの 3 日目で最終日です。

学びのセッション第 6 回の焦点、「聞くこと」を学び練習するには、何と幸運な時でしょうか。「シュリー・グル・ギター」を朗唱する時——自分自身の声を聞き、自分と一緒に朗唱している人たちの声を聞き、自分の声を他の人たちの声と一体化するために——聞くことの重要性について学んでいきます。

学びのセッション第 6 回の詳細は以下の通りです。

期日： 2020 年 10 月 24 日 土曜日

時間： 10:00～12:00 米国東部夏時間（ライブ動画配信）

日本時間 同日 23:00～翌日(10/25) 1:00

19:30～21:30 米国東部夏時間（ウェブキャスト）

日本時間 翌日(10/25) 8:30～10:30

ご存じのように、学びのセッションは英語で行われています。ですから、このことを皆さんにお知らせできることをとても嬉しく思います。SYDAファウンデーションの翻訳部門の責任者がフランス語、ヒンディー語、スペイン語の通訳としてセーヴァーをささげるシッダ・ヨーギたちと協力して、これらの言語では次の学びのセッションから同時通訳を利用できることになりました。

この学びのセッションの準備をする方法は以下の通りです。

- 学びのセッション第5回「楽に呼吸する」の話を読んでください。
 - 呼吸法を練習してください。
 - あなたのサーダナーの日記に、あなたの洞察を記録してください。
- 学ぶために適した空間を作ってください。
 - 『ネクター・オブ・チャンティング』、アーサナ、ショール、サーダナーの日記など、必要な物がすべて揃っていることを確認してください。

「スワーデャーヤ」の学びのセッションの最終回、学びのセッション第7回の詳細は以下の通りです。あなたの予定に入れてください。

期日： 2020 年 10 月 28 日 水曜日

時間： 10:00～12:00 米国東部夏時間（ライブ動画配信）

日本時間 同日 23:00～翌日(10/29) 1:00

19:30～21:30 米国東部夏時間（ウェブキャスト）

日本時間 翌日(10/29) 8:30～10:30

安全でいてください、賢くいてください、情報をいつも手に入れてください、そして心地よくして
いてください、皆さん！

心を込めて

スワミ・アカンダーナンダ

「スワーデャーヤ」の学びのセッションのマネジングディレクター

SYDA ファウンデーション



© 2020 SYDA Foundation®. 著作権所有。